Dr. Fakhruddin bin Zubair Al Mahassi

SEHARI Bersama NABI صلى الله عليه وسلم

Alih Bahasa
Safto Abu Haniyfah

Muraja'ah
Yusuf Abu Ubaidah As Sidawi

YAU
YUSUF ABU UBAIDAH

Dr. Fakhruddin bin Zubair Al Mahassi

SEHARI *Bersama* NABI ﷺ

Alih Bahasa

Safto Abu Haniyfah

Muraja'ah

Yusuf Abu Ubaidah As Sidawi



YUSUF ABU UBAIDAH

Judul Asli
Yaumun wa Lailatun ‘Ala Hadyi Nubuwwah

Edisi Terjemah
Sehari Bersama Nabi

Penulis
Dr. Fakhruddin bin Zubair Al Mahassi

Alih Bahasa
Safto Abu Haniyfah

Muraja’ah
Yusuf Abu Ubaidah As Sidawi

Desain & Layout
Abu Alifah

Ukuran Buku
10.5 cm x 14.5 cm (53 halaman)

Edisi 1
Syawwal 1446 H

Diterbitkan Oleh





Muqaddimah

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيْمِ

Alhamdulillah, shalawat dan salam semoga tercurahkan kepada Rasulullah, keluarga, para sahabat dan orang-orang yang mengikutinya. Adapun setelah itu:

Buku ini berjudul *"Sehari Bersama Nabi"*. Seorang muslim hendaknya berusaha mengamalkan sesuai kemampuannya supaya mendapatkan keberkahan pada harinya dan meraih pahala dengan mengikuti sunnah Nabinya.

Pertama: Tidur lebih awal.

Berdasarkan hadits Nabi ﷺ:

لَا سَمَرَ بَعْدَ الْعِشَاءِ .

"Tidak boleh begadang setelah Isya".[1]

Kedua: Mengamalkan adab tidur.

1. Berwudhu. Sebagaimana sabda Nabi ﷺ:

إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ، فَتَوَضَّأْ وُضُوءَكَ لِلصَّلَاةِ .

"Apabila hendak mendatangi tempat tidurmu, maka hendaknya kamu berwudhu seperti wudhumu untuk shalat".[2]

Beliau ﷺ juga bersabda:

مَنْ بَاتَ طَاهِرًا بَاتَ فِي شِعَارِهِ مَلَكٌ فَلَمْ يَسْتَيْقِظْ إِلَّا، قَالَ الْمَلَكُ: اللهُمَّ اغْفِرْ لِعَبْدِكَ فُلَانٍ، فَإِنَّهُ بَاتَ

---

1 Diriwayatkan Imam Thabarani dalam *Musnad asy-Syaamiyyin*, dan tercantum dalam *Silsilah ash-Shahihah*

2 *Muttafaqun 'alaihi*

طَاهِرًا .

"Barangsiapa yang tidur dalam keadaan suci maka malaikat akan bersamanya dalam pakaiannya. Tidaklah dia bangun melainkan malaikat tersebut akan mendo'akannya, 'Ya Allah, ampunilah hambamu fulan karena dia tidur dalam keadaan suci'".[3]

Bagi yang tidak mampu berwudhu maka hendaknya bertayamum walau dalam kondisi junub. Hal ini dilakukan untuk meringankan hadats, kendati dia tetap mandi janabah sebelum fajar. Hal ini berdasarkan suatu hadits:

أَنَّ عُمَرَ بْنَ الْخَطَّابِ رَضِيَ اللهُ عَنْهُ عَنْهُ سَأَلَ رَسُولَ اللهِ ﷺ أَيَرْقُدُ أَحَدُنَا وَهُوَ جُنُبٌ ؟ قَالَ: نَعَمْ إِذَا تَوَضَّأَ أَحَدُكُمْ، فَلْيَرْقُدْ وَهُوَ جُنُبٌ .

'Umar bin al-Khaththab رَضِيَ اللهُ عَنْهُ bertanya kepada Rasulullah ﷺ, "Apakah boleh salah seorang dari

3 Diriwayatkan Imam Ibnu Hibban dan dihasankan oleh Syaikh al-Albani

kami tidur dalam keadaan junub?" Rasulullah ﷺ menjawab, "Iya. Apabila salah seorang dari kalian telah berwudhu, hendaknya dia tidur walau sedang junub".[4]

وَكَانَ إِذَا وَاقَعَ بَعْضَ أَهْلِهِ، فَكَسِلَ أَنْ يَقُوْمَ، ضَرَبَ يَدَهُ عَلَى الْحَائِطِ، فَتَيَمَّمَ .

"Apabila Nabi ﷺ telah berhubungan dengan istrinya dan beliau merasa malas untuk bangun, beliau menepuk tangannya ke dinding lalu bertayamum."[5]

2. Menebah (mengibas) tempat tidur. Hal ini berdasarkan hadits:

إِذَا أَوَى أَحَدُكُمْ إِلَى فِرَاشِهِ، فَلْيَأْخُذْ دَاخِلَةَ إِزَارِهِ، فَلْيَنْفُضْ بِهَا فِرَاشَهُ ، وَلْيُسَمِّ اللهَ، فَإِنَّهُ لَا يَعْلَمُ مَا خَلَفَهُ بَعْدَهُ عَلَى فِرَاشِهِ .

4 *Mutafaqun 'alaihi*

5 Diriwayatkan Imam Thabarani dalam *al-Ausath* dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

"Jika salah seorang di antara kalian akan tidur hendaklah mengambil potongan kain dan mengibaskan tempat tidurnya dengan kain tersebut sambil mengucapkan, Bismillaah, karena ia tidak tahu apa yang terjadi di atas tempat tidurnya sepeninggalnya tadi."[6]

3. Mematikan api dan lampu, berdasarkan hadits Ibnu 'Abbas ﵄:

عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ ﵄ قَالَ جَاءَتْ فَأْرَةٌ فَأَخَذَتْ تَجُرُّ الْفَتِيلَةَ فَجَاءَتْ بِهَا فَأَلْقَتْهَا بَيْنَ يَدَيْ رَسُولِ اللهِ ﷺ عَلَى الْخُمْرَةِ الَّتِي كَانَ قَاعِدًا عَلَيْهَا، فَأَحْرَقَتْ مِنْهَا مِثْلَ مَوْضِعِ الدِّرْهَمِ، فَقَالَ: إِذَا نِمْتُمْ فَأَطْفِئُوا سُرُجَكُمْ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَدُلُّ مِثْلَ هَذِهِ عَلَى هَذَا فَتَحْرِقَكُمْ.

Dari Ibnu 'Abbas ﵄ ia berkata, "Seekor tikus datang dan menyeret sumbu lalu membawanya dan melemparkannya di hadapan Rasulullah ﷺ di alas yang beliau duduki, lalu tikus tersebut

6 Muttafaqun 'alaihi

membakarnya sebesar satu dirham." Beliau bersabda, "Jika engkau tidur, maka padamkanlah lampu-lampumu, sesungguhnya Syetan akan mengarahkannya seperti ini sehingga bisa membakar kalian."[7]

4. Membaca ayat kursi, berdasarkan sabda Nabi ﷺ:

إِذَا أَوَيْتَ إِلَى فِرَاشِكَ فَاقْرَأْ آيَةَ الْكُرْسِيِّ، لَنْ يَزَالَ عَلَيْكَ مِنَ اللهِ حَافِظٌ، وَلَا يَقْرَبُكَ شَيْطَانٌ حَتَّى تُصْبِحَ .

"Apabila kamu mendatangi tempat tidurmu maka bacalah ayat kursi, niscaya engkau akan selalu dalam lindungan Allah dan Syetan tidak akan mendekatimu sampai subuh."[8]

---

7 Diriwayatkan Imam Abu Dawud dan dishahihkan Syaikh al-Albani

8 Diriwayatkan Imam Bukhari

5. Membaca dua ayat terakhir surat al-Baqarah, berdasarkan hadits Nabi ﷺ:

مَنْ قَرَأَ بِالْآيَتَيْنِ مِنْ آخِرِ سُورَةِ الْبَقَرَةِ فِي لَيْلَةٍ كَفَتَاهُ .

"Barangsiapa yang membaca dua ayat terakhir surat al-Baqarah di malam hari, maka kedua ayat tersebut telah mencukupinya."[9]

6. Membaca surat al-Kafirun, berdasarkan hadits Nabi ﷺ:

اقْرَأْ قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ ثُمَّ نَمْ عَلَى خَاتِمَتِهَا، فَإِنَّهَا بَرَاءَةٌ مِنَ الشِّرْكِ .

Bacala "qul yaa ayyuhal kafirun" kemudian tidurlah setelah selesai membacanya. Sungguh itu merupakan bentuk melepaskan diri dari kesyirikan.[10]

9 *Muttafaqun 'alaihi*

10 Diriwayatkan Imam Abu Dawud dan Tirmidzi serta dishahihkan Syaikh al-Albani

7. Membaca surat *al-Ikhlas* dan *al-Mu'awwidzatain* (surat Al Falaq dan An Nas) kemudian meniupkannya ke kedua telapak tangan dan mengusapkan ke tubuh. Sebagaimana hadits dari 'Aisyah radhiyallahu anha bahwa Nabi ﷺ apabila beranjak ke tempat tidurnya, beliau mengumpulkan kedua telapak tangannya kemudian meniup keduanya sembari membaca *"Qul Huwallahu Ahad", "Qul a'udzu birabbil falaq",* dan *"qul a'udzu birabbinnas"*.

   Setelah itu beliau mengusap kedua telapak tangan ke suluruh tubuh yang dapat dijangkau. Beliau mengusap kepala, wajah dan tubuh bagian depan sebanyak tiga kali.[11]

8. Bertasbih, berdasarkan hadits 'Ali رضي الله عنه bahwa Fathimah datang kepada Nabi ﷺ mengeluhkan bekas alat penggiling yang dirasakan oleh tangannya. Nabi ﷺ bersabda:

قَالَ: أَلَا أَدُلُّكُمَا عَلَى خَيْرٍ مِمَّا سَأَلْتُمَا؟ إِذَا أَخَذْتُمَا

11 Diriwayatkan Imam Bukhari

مَضَاجِعَكُمَا أَوْ أَوَيْتُمَا إِلَى فِرَاشِكُمَا فَسَبِّحَا ثَلَاثًا وَثَلاثِينَ، وَاحْمَدَا ثَلَاثًا وَثَلاثِينَ، وَكَبِّرَا أَرْبَعًا وَثَلاثِينَ، فَهُوَ خَيْرٌ لَكُمَا مِنْ خَادِمٍ .

"Maukah aku tunjukkan kepada kalian sesuatu yang lebih baik dari yang kalian minta?. Jika kalian hendak tidur maka bertasbihlah 33 kali, bertasbihlah 33 kali dan bertakbirlah sebanyak 34 kali. Hal itu lebih baik bagi kalian dari pembantu."[12]

Ketiga: Bangun sebelum fajar dan bersiwak.

Sebagaimana hadits Hudzaifah رضي الله عنه:

أَنَّ النَّبِيّ ﷺ كَانَ إِذَا قَامَ لِلتَّهَجُدِ مِنَ اللَّيْلِ يَشُوصُ فَاهُ بِالسِّوَاكِ .

Nabi ﷺ apabila bangun dimalam hari untuk shalat tahajjud beliau menggosok mulutnya (gi-ginya) dengan siwak.[13]

12 Diriwayatkan Imam Bukhari

13 *Muttafaqun 'alaihi*

Keempat: Shalat yang mudah dilakukan di malam hari.

Sebagaimana sabda beliau ﷺ:

عَلَيْكُمْ بِقِيَامِ اللَّيْلِ فَإِنَّهُ دَأْبُ الصَّالِحِينَ قَبْلَكُمْ ، وَهُوَ قُرْبَةٌ لَكُمْ إِلَى رَبِّكُمْ، وَمُكَفِّرَةٌ لِلسَّيِّئَاتِ، وَمَنْهَاةٌ عَنِ الْإِثْمِ .

"Hendaknya kalian melakukan shalat malam shalat malam merupakan kebiasaan orang-orang shalih sebelum kalian, merupakan ibadah yang mendekatkan kalian kepada Rabb kalian, penghapus keburukan–keburukan dan mencegah berbuat dosa."[14]

Kelima: Shalat witir.

Sebagaimana hadits dari 'Ali رضي الله عنه bahwa Rasulullah ﷺ melaksakan shalat witir kemudian beliau bersabda:

---

14 Diriwayatkan Imam Ibnu Khuzaimah dalam Shahihnya dan dihasankan oleh Syaikh al-Albani

أَوْتِرُوا يَا أَهْلَ الْقُرْآنِ، أَوْتِرُوا فَإِنَّ اللهَ وِتْرٌ يُحِبُّ الْوِتْرَ.

"Laksanakanlah shalat witir wahai sekalian ahli al-Qur'an. Laksanakanlah shalat witir karena Allah itu witr (esa) dan menyukai yang ganjil."[15]

Keenam: Berdo'a.

Berdasarkan sabda beliau ﷺ:

يَنْزِلُ رَبُّنَا تَبَارَكَ وَتَعَالَى كُلَّ لَيْلَةٍ إِلَى السَّمَاءِ الدُّنْيَا، حِينَ يَبْقَى ثُلُثُ اللَّيْلِ الآخِرُ ، فَيَقُولُ: مَنْ يَدْعُونِي فَأَسْتَجِيبَ لَهُ، مَنْ يَسْأَلُنِي فَأُعْطِيَهُ، مَنْ يَسْتَغْفِرُنِي فَأَغْفِرَ لَهُ .

"Rabb kita Tabaraka wa Ta'ala turun setiap malam ke langit dunia di saat sepertiga malam terakhir. Dia berkata, "Siapa yang berdo'a kepada-Ku maka akan Aku kabulkan, siapa yang meminta kepada-Ku akan Aku berikan dan siapa yang memohon

15 Diriwayatkan Imam Ahmad dan dishahihkan Syaikh al-Albani

ampunan-Ku maka akan Aku ampuni”.[16]

Ketujuh: Beranjak menuju shalat fajar karena sesungguhnya shalat fajar adalah shalat yang disaksikan para malaikat

sebagaimana firman Allah ﷻ:

﴿وَقُرۡءَانَ ٱلۡفَجۡرِۖ إِنَّ قُرۡءَانَ ٱلۡفَجۡرِ كَانَ مَشۡهُودٗا ٧٨﴾

“(Laksanakan pula shalat) Fajar. Sungguh, shalat Fajar itu disaksikan (oleh malaikat).” [QS. al-Isra: 78]

Kedelapan: Membaca do’a keluar rumah.

Sebagaimana sabda Nabi ﷺ:

إِذَا خَرَجَ الرَّجُلُ مِنْ بَيْتِهِ فَقَالَ بِسْمِ اللهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللهِ ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ، قَالَ: يُقَالُ حِينَئِذٍ: هُدِيتَ، وَكُفِيتَ، وَوُقِيتَ، فَتَتَنَحَّى لَهُ الشَّيَاطِينُ ، فَيَقُولُ لَهُ شَيْطَانٌ آخَرُ: كَيْفَ لَكَ بِرَجُلٍ قَدْ هُدِيَ وَكُفِيَ وَوُقِيَ ؟ .

16 *Muttafaqun ‘alaihi*

'Apabila seseorang keluar dari rumahnya dan berdo'a, "Bismillahi tawakaltu 'alallahi laa hawla wa laa quwwata illa billaahi (Dengan menyebut nama Allah, aku bertawakal kepada Allah. Tidak ada daya dan upaya kecuali dari Allah)". Beliau berkata: Maka dikatakan kepadanya saat itu, "Kamu telah diberi petunjuk, dicukupkan dan dijaga sehingga Syetan-pun menyingkir darinya dan syetan itu akan berkata kepada syetan yang lain, 'Bagaimana engkau bisa mendekati orang itu sementara dia sudah diberi hidayah, dicukupkan dan dijaga?'".[17]

Beliau juga berdo'a:

اللهُمَّ اجْعَلْ فِي قَلْبِي نُورًا ، وَفِي لِسَانِي نُورًا، وَاجْعَلْ فِي سَمْعِي نُورًا، وَاجْعَلْ فِي بَصَرِي نُورًا، وَاجْعَلْ مِنْ خَلْفِي نُورًا، وَمِنْ أَمَامِي نُورًا، وَاجْعَلْ مِنْ فَوْقِي نُورًا ، وَمِنْ تَحْتِي نُورًا ، اللهُمَّ أَعْطِنِي نُورًا .

17 Diriwayatkan Imam Abu Dawud dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

Allahumma ij'al fii qalbi nuuro, wa fii lisaani nuuro, wa ij'al fii sam'i nuuro, wa ij'al fii bashari nuuro, wa ij'al min khalfi nuuro, wa min amaami nuuro, wa ij'al min fauqi nuuro, wa min tahti nuuro, Allahumma a'thini nuuro.

"Ya Allah jadikanlah cahaya di hatiku, cahaya di lisanku, jadikanlah cahaya di pendengaranku, jadikanlah cahaya di pandanganku, jadikanlah cahaya di belakang dan di depanku, jadikanlah cahaya di atas dan di bawahku, ya Allah berikanlan aku cahaya."[18]

Kesembilan: Tidak tergesah-gesah menuju masjid.

Sebagaimana sabda Nabi ﷺ:

إِذَا سَمِعْتُمُ الْإِقَامَةَ، فَامْشُوْا إِلَى الصَّلَاةِ، وَعَلَيْكُمْ بِالسَّكِينَةِ وَالوَقَارِ، وَلاَ تُسْرِعُوا، فَمَا أَدْرَكْتُمْ فَصَلُّوا، وَمَا فَاتَكُمْ فَأَتِمُّوا .

18 Diriwayatkan Imam Muslim

"Jika kalian mendengar iqamah, maka berjalanlah menuju shalat. Hendaknya kalian berjalan dengan kondisi tenang dan pelan. Jangan tergesa-gesa. Apa yang kalian dapatkan, shalatlah. Dan apa yang terlewatkan, maka sempurnakanlah."[19]

Kesepuluh: Masuk masjid dengan menggunakan kaki kanan dan membaca do'a.

sebagaimana yang disebutkan dalam hadits:

بِسْمِ اللهِ، وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُوْلِ اللهِ ، اللهُمَّ اغْفِرْ لِي ذُنُوبِي ، وَافْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ .

Bismillahi, wassalaamu 'alaa rasulillahi. Allahummaghfir lidzunubi. waftahli abwaba rahmatik.

"Dengan menyebut nama Allah dan semoga salam senantiasa tercurahkan kepada Rasulillah. Ya Allah ampunilah dosa-dosaku dan bukakanlah untukku pintu-pintu rahmat-Mu."[20]

19 Diriwayatkan Imam Bukhari

20 Diriwayatkan Imam Ahmad dan Imam Ibnu Majah serta

Dan membaca do'a:

أَعُوذُ بِاللهِ الْعَظِيمِ، وَبِوَجْهِهِ الْكَرِيمِ، وَسُلْطَانِهِ الْقَدِيمِ، مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

A'udzubillahil 'azhim wa biwajhikal karim, wa sulthanihil qadim, minasy syaithainir rajim.

Beliau ﷺ berkata:

فَإِذَا قَالَ ذَلِكَ، قَالَ الشَّيْطَانُ: حُفِظَ مِنِّي سَائِرَ الْيَوْمِ .

"Apabila dia membaca do'a tersebut, maka syaitan akan berkata, 'dia dijaga dariku di sisa harinya".[21]

Kesebelas: Mengulangi ucapan yang dilantunkan muadzin kecuali pada hayya 'alatain.

Saat muadzin mengucapkan *hayya 'alash shalah* dan *hayya 'alal falah* hendaknya mengucapkan:

---

dishahihkan Syaikh al-Albani

21 Diriwayatkan Imam Abu Dawud dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ

Laa hawlaa wa laa quwwata illa billah

"Tidak ada daya dan upaya kecuali dari Allah."

Setelah adzan, hendaknya membaca shalawat kepada nabi dan berdo'a:

اَللهُمَّ رَبَّ هَذِهِ الدَّعْوَةِ التَّامَّةِ، وَالصَّلَاةِ الْقَائِمَةِ، آتِ مُحَمَّدًا الْوَسِيْلَةَ وَالْفَضِيْلَةَ وَابْعَثْهُ مَقَامًا مَحْمُوْدًا الَّذِي وَعَدْتَهُ .

Allahumma Rabba Hadzihid da'watit tammah, wash shalaatil qa'imah, aati muhammadanil wasilata wal fadhiilah, wab'atshul maqaman mahmudaniladzi wa'adtah.

"Ya Allah. Rabb Pemilik seruan yang sempurna ini, dan Pemilik shalat yang akan didirikan ini, berikanlah wasilah dan keutamaan kepada Muhammad. Bangkitkanlah ia pada kedudukan yang

terpuji sebagaimana Engkau telah janjikan.”[22]

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ، وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُوْلُهُ، رَضِيْتُ بِاللهِ رَبًّا، وَبِمُحَمَّدٍ رَسُوْلًا، وَبِالْإِسْلَامِ دِيْنًا .

Asyhadu an laa ilaaha illallahu wahdahu laa syarika lahu, wa anna Muhammadan abdhu wa rasuluhu. Radhitu billahi rabba, wa bi muhammadin rasula, wa bil islami diina.

“Aku bersaksi bahwa tidak ada ilaah yang benar untuk disembah kecuali Allah dan Muhammad adalah hamba dan utusan-Nya. Aku ridha Allah sebagai Rabb, Muhammad sebagai rasul dan Islam sebagai agama.”[23]

22 Diriwayatkan Imam Bukhari

23 Diriwayatkan Imam Muslim

Kedua belas: Melaksanakan dua rakaat sebelum fajar.

Sebagaimana beliau ﷺ bersabda:

رَكْعَتَا الْفَجْرِ خَيْرٌ مِنَ الدُّنْيَا وَمَا فِيهَا .

"Dua rakaat sebelum fajar lebih baik daripada dunia dan seisinya."[24]

Ketiga belas: Berdo'a diantara adzan dan iqamah.

Sebagaimana sabda Nabi ﷺ:

الدُّعَاءُ لَا يُرَدُّ بَيْنَ الْأَذَانِ وَالْإِقَامَةِ؛ فَادْعُوْا .

"Do'a diantara adzan dan iqamah tidak tertolak, maka berdo'alah."[25]

Keempat belas: Berdzikir setelah shalat, yaitu:

أَسْتَغْفِرُ اللهَ

---

24 Diriwayatkan Imam Muslim

25 Diriwayatkan Imam Abu Dawud dan Imam Tirmidzi serta dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

Astaghfirullah

"Aku memohon ampun kepada Allah," sebanyak tiga kali.

اللهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ، وَمِنْكَ السَّلَامُ تَبَارَكْتَ ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ

Allahumma antas salam, wa minkas salam tabarakta dzal jalaali wal ikram

"Ya Allah, Engkau adalah as-Salam, dan dariMu kesejahteraan. Maha berkah Engkau, wahai Rabb pemilik keagungan dan kemuliaan."[26]

لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ، اللهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ، وَلَا مُعْطِيَ لِمَا مَنَعْتَ، وَلَا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ

Laa ilaaha illallah wahdahu laa syariika lahu, lahul mulku wa lahul hamdu, wa huwa 'alaa

26 Diriwayatkan Imam Ahmad dan Imam Tirmidzi serta dishahih-kan Syaikh al-Albani

kulli syai-in qadir. Allahumma laa maani'a limaa a'thaita, wa laa mu'thiya limaa mana'ta. Wa laa yanfa'u dzal jaddi minkal jaddu.

Tidak ada sembahan yang berhak disembah melainkan Allah semata, tidak ada sekutu bagi-Nya. Bagi-Nya segala kerajaan dan atas segala sesuatu. Ya Allah, tidak ada yang mampu mencegah sesuatu yang telah Engkau berikan dan tidak ada yang mampu memberi sesuatu yang Engkau cegah. Tidak bermanfaat kekayaan dan kemuliaan itu bagi pemiliknya untuk (menebus) siksaan-Mu."[27]

Di akhir shalat hingga salam membaca do'a:

لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ، لا إِلَهَ إِلَّا اللهُ، وَلَا نَعْبُدُ إِلَّا إِيَّاهُ، لَهُ النِّعْمَةُ وَلَهُ الْفَضْلُ، وَلَهُ الثَّنَاءُ الْحَسَنُ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ وَلَوْ

27 Diriwayatkan Imam Muslim

كَرِهَ الْكَافِرُونَ .

Laa ilaaha illallah wahdahu laa syariik lahu, lahul Mulku wa lahul-hamdu wa huwa 'alla kulli syai-in qadir. Laa hawla wa laa quwwata illa billah. Laa ilaaha illallah, wa laa na'budu illa iyyahu, lahun ni'matu wa lahul fadhlu, walahuts tsana-ul hasan, laa ilaaha illallahu mukhlishina lahud diin walau karihal kaafirun.

"Tidak ada ilaah yang benar kecuali Allah semata dan tidak ada sekutu bagi-Nya. Milik-Nya kerajaan dan milik-Nya segala pujian dan Dia mampu atas segala sesuatu. Tidak ada daya dan upaya kecuali dari Allah, tidak ada ilaah yang benar kecuali Allah, kami tidak beribadah kecuali kepada-Nya, Bagi-Nya nikmat, anugerah dan pujaan yang baik. Tiada Rabb (yang hak disembah) kecuali Allah, dengan memurnikan ibadah kepada-Nya, sekalipun orang-orang kafir benci."[28]

Lalu bertasbih sebagaimana di dalam hadits:

---

28 Diriwayatkan Imam Muslim

مَنْ سَبَّحَ اللهَ فِي دُبُرِ كُلِّ صَلَاةٍ ثَلَاثًا وَثَلَاثِينَ، وَحَمِدَ اللهَ ثَلَاثًا وَثَلَاثِينَ، وَكَبَّرَ اللهَ ثَلَاثًا وَثَلَاثِينَ، فَتْلِكَ تِسْعَةٌ وَتِسْعُونَ، وَقَالَ: تَمَامَ الْمِائَةِ: لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ: غُفِرَتْ خَطَايَاهُ وَإِنْ كَانَتْ مِثْلَ زَبَدِ الْبَحْرِ.

Barangsiapa yang bertasbih kepada Allah di akhir setiap shalat sebanyak 33 kali, memuji Allah (mengucapkan Alhamdulillah) sebanyak 33 kali, dan bertakbir (mengucapkan Allahu akbar) sebanyak 33 kali yang jumlah keseluruhannya 99 kali dan disempurnakan menjadi 100 dengan membaca "laa ilaaha illallah wahdahu laa syariika lahu, lahul mulku wa lahul hamdu wa huwa 'alaa kulli syai-in qadir" (tidak ada ilah yang benar untuk disembah kecuali Allah, bagi-Nya kejaraaan dan bagi-Nya pujian. Dan Dia mampu atas segala sesuatu), pastilah dosa-dosanya akan diampuni walau sebanyak buih di lautan.[29]

29 Diriwayatkan Imam Muslim

Membaca ayat kursi sebagaimana sabda beliau ﷺ:

مَنْ قَرَأَ آيَةَ الْكُرْسِيِّ فِي دُبُرِ كُلِّ صَلَاةٍ مَكْتُوبَةٍ لَمْ يَمْنَعْهُ مِنْ دُخُولِ الْجَنَّةِ إِلَّا أَنْ يَمُوتَ .

"Barangsiapa yang membaca ayat kursi di setiap akhir shalat wajib, maka tidak ada yang menghalangi dia untuk masuk ke dalam surga kecuali kematian."[30]

Kelima belas: Membaca dzikir subuh sebelum terbit matahari.

Diantara dzikir subuh sebagaimana sabda Nabi ﷺ:

مَنْ قَالَ: بِسْمِ اللهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ، فِي الْأَرْضِ، وَلَا فِي السَّمَاءِ، وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ، ثَلَاثَ مَرَّاتٍ، لَمْ تُصِبْهُ فَجْأَةُ بَلَاءٍ، حَتَّى يُصْبِحَ، وَمَنْ قَالَهَا

---

30 Diriwayatkan Imam an-Nasa'i di dalam kitab *al-Kubra* dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

حِينَ يُصْبِحُ ثَلَاثُ مَرَّاتٍ، لَمْ تُصِبْهُ فَجْأَةُ بَلَاءٍ حَتَّى يُمْسِيَ .

Barangsiapa yang membaca: "bismillahil ladzi laa yadhurru ma'as mihi syai-un, fil ardhi wa laa fis samaa, wa huwas sami'ul 'alim" (dengan nama Allah yang tidak ada sesuatupun yang dapat memadharatkan di bumi ataupun di langit) sebanyak 3 kali, maka dia tidak akan ditimpa bala' (musibah) secara tiba-tiba sampai pagi. Barangsiapa yang membacanya di pagi hari sebanyak 3 kali, tidak akan ditimpa bala' sampai sore.[31]

Dahulu Nabi ﷺ apabila di subuh atau sore hari senantiasa berdo'a:

أَصْبَحْنَا عَلَى فِطْرَةِ الْإِسْلَامِ، وَعَلَى كَلِمَةِ الْإِخْلَاصِ، وَعَلَى دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَعَلَى مِلَّةِ أَبِينَا إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا مُسْلِمًا ، وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ .

31 Diriwayatkan Para penulis kitab-kitab Sunan dan dishahihkan oleh syaikh al-Albani

ash-bahna ‘alaa fithratil islam, wa ‘alaa kalimatil ikhlas, wa ‘alaa diini nabiyyina Muhammadin ﷺ wa ‘alaa millati abiina Ibrahim hanifam muslimah wa maa karna minal musyrikin.

“Di pagi hari kami di atas fitrah islam, di atas kalimat ikhlas, di atas agama nabi kita Muhammad shallallah ‘alaihi wa sallam dan di atas agama bapak kita Ibrahim ‘Alaihissalam yang hanif dan muslim. Dan dia bukan termasuk orang-orang yang musyrik.”[32]

Dan beliau juga berdo’a dengan membaca sayyidul istighfar, beliau berdo’a:

اللهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ ، وَأَبُوءُ لَكَ بِذَنْبِي فَاغْفِرْ لِي، فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ، قَالَ:

32 Diriwayatkan Imam Ahmad dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

وَمَنْ قَالَهَا مِنَ النَّهَارِ مُوقِنًا بِهَا ، فَمَاتَ مِنْ يَوْمِهِ قَبْلَ أَنْ يُمْسِيَ، فَهُوَ مِنْ أَهْلِ الجَنَّةِ، وَمَنْ قَالَهَا مِنَ اللَّيْلِ وَهُوَ مُوقِنٌ بِهَا، فَمَاتَ قَبْلَ أَنْ يُصْبِحَ، فَهُوَ مِنْ أَهْل الجَنَّةِ .

Allahumma anta Rabbi laa ilaaha illa anta, khalaqtani wa ana abduka, wa ana 'ala'ahdika wa wa'dika mastatha'tu. a'udzu bika min syarri ma shana'tu, abuu-ulaka bini'matika 'alayya, wa abuu-u bidzanbi, faghfirli. fa-innahu laa yaghfirudz dzunuba illa anta.

"Ya Allah, Engkau Rabbku, tidak ada sembahan yang haq kecuali Engkau. Engkau menciptakanku dan aku hamba-Mu. Aku di atas perjanjian dan janji-Mu semampuku. Aku berlindung kepada-Mu dari keburukan apa yang aku lakukan, aku mengakui untuk-Mu nikmat-nikmat-Mu atasku, dan aku mengakui untuk-Mu dosa-dosaku, maka ampunilah aku, sungguh tidak ada yang mengampuni dosa-dosa selain Engkau."[33]

33 Diriwayatkan Imam Bukhari

Nabi ﷺ dahulu tidak meninggalkan do'a-do'a ini di pagi dan sore harinya:

اللهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، اللهُمَّ إِني أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي وَمَالي ، اللهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي ، وَآمِنْ رَوْعَاتِي، اللهُمَّ احْفَظْني مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ، وَمِنْ خَلْفِي، وَعَنْ يَمِينِي، وَعَنْ شِمَالِي، وَمِنْ فَوْقِي، وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي .

Allahumma innii as alukal afwa wal aafiyata fid dunyah wal aakhirah, allahumma innii as alukal afwa wal aafiyata fi diinii, wa dunyaaya, wa ahlii wa maalii, allahummastur auraati wa ammin rau'aati. Allahummahfadzni min baina yadaya wa min khalfii wa 'an yamiinii wa an syimaali wa min fauqii wa a'udzu bika an ughtaala min tahtii.

"Ya Allah, aku mohon pengampunan dan keselamatan di dunia dan di akhirat. Ya Allah, aku mohon pengampunan dan keselamatan pada caraku beragama, urusan duniaku, keluargaku, harta

bendaku."

"Ya Allah, tutupilah semua kekurangan dan aib-ku, hilangkan semua gundah gulana yang menimpaku. Ya Allah aku mohon penjagaan dari-Mu, dari arah depanku, dari arah belakangku, dari sisi kananku, dari sisi kiriku, dari arah atasku dan aku berlindung kepadamu dari segala bencana yang menimpa dari bawahku."[34]

Sabda beliau ﷺ:

وَمَنْ قَالَ حِينَ يُصْبِحُ وَحِينَ يُمْسِي: سُبْحَانَ اللّٰهِ وَبِحَمْدِهِ، مِائَةَ مَرَّةٍ، لَمْ يَأْتِ أَحَدٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، بِأَفْضَلَ مِمَّا جَاءَ بِهِ، إِلَّا أَحَدٌ قَالَ مِثْلَ مَا قَالَ أَوْ زَادَ عَلَيْهِ .

"Barangsiapa di pagi dan sorenya membaca subhanallah wa bihamdih sebanyak 100 kali, tidak ada yang bisa datang pada hari kiamat dalam kondisi lebih baik dari dia kecuali orang yang

34 Diriwayatkan Imam Ahmad, Imam Abu Dawud dan Ibnu Majah serta dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

berdzikir dengan dzikir seperti dzikirnya atau yang lebih baik."[35]

Keenam belas: Shalat syuruq.

Sebagaimana sabda beliau ﷺ:

مَنْ صَلَّى الغَدَاةَ فِي جَمَاعَةٍ، ثُمَّ قَعَدَ يَذْكُرُ اللهَ حَتى تَطْلُعَ الشَّمْسُ ، ثُمَّ صَلَّى رَكْعَتَيْنِ كَانَتْ لَهُ كَأَجْرِ حَجَّةٍ وَعُمْرَةٍ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ: تَامَّةٍ تَامَّةٍ تَامَّةٍ .

"Barangsiapa yang shalat subuh berjamaah, kemudian duduk berdzikir kepada Allah sampai matahari terbit lalu shalat dua rakaat, maka dia akan mendapat pahala haji dan umrah."

Dia berkata: Rasulullah ﷺ berkata: "Sempurna, sempurna, sempurna".[36]

---

35 Diriwayatkan Imam Muslim

36 Diriwayatkan Imam Tirmidzi dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

Ketujuh belas: Membaca do’a keluar dari masjid

بِسْمِ اللهِ، وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُولِ اللهِ اللهُمَّ اغْفِرْ لِي ذُنُوبِي، وَافْتَحْ لِي أَبْوَابَ فَضْلِكَ ، اَللهُمَّ اعْصِمْنِي مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيْمِ . [رَوَاهُ أَحْمَدُ وَابْنُ مَاجَه، وَصَحَّحَهُ اْلأَلْبَانِيُّ]

Bismillah, was salamu ‘alaa rasulillah. Allahummaghfir lidzunuubi, waftah lii abwaaba fadhlik, Allahumma’shimni minasy syaitanir rajiim.

“Dengan nama Allah, semoga keselamatan atas Rasulillah. Ya Allah ampunilah dosa-dosaku dan bukalah pintu-pintu karunia-Mu. Ya Allah lindungilah aku dari syaithan yang terkutuk.”[37]

37 Diriwayatkan Imam Ahmad dan Imam Ibnu Majah serta dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

Kedelapan belas: Menyantap makanan dengan mencuci tangan dan tidak menggunakan bejana yang terbuat dari emas dan perak.

Sebagaimana sabda beliau ﷺ:

الَّذِي يَشْرَبُ فِي آنِيَةِ الْفِضَّةِ، إِنَّمَا يُجَرْجِرُ فِي بَطْنِهِ نَارَ جَهَنَّمَ .

"Orang yang minum dengan bejana yang terbuat dari perak, sesungguhnya dia menyalakan api neraka Jahannam di dalam perutnya."[38]

Membaca bismillah dan makan menggunakan tangan kanan, sebagaimana beliau ﷺ bersabda:

يَا غُلَامُ، سَمِّ اللهَ، وَكُلْ بِيَمِينِكَ، وَكُلْ مِمَّا يَلِيكَ .

"Wahai ananda, bacalah bismillah, makanlah dengan tangan kananmu dan makanlah bagian yang terdekat daarimu."[39]

38 Diriwayatkan Imam Muslim

39 *Muttafaqun 'alaihi*

Makan dengan menggunakan tiga jari, sebagaimana yang disebutkan dalam suatu hadits:

كَانَ رَسُولُ اللهِ ﷺ يَأْكُلُ بِثَلَاثِ أَصَابِعَ، وَيَلْعَقُ يَدَهُ قَبْلَ أَنْ يَمْسَحَهَا .

"Rasulullah ﷺ makan dengan tiga jari dan menjilatinya sebelum mengusapnya."[40]

Makan dalam kondisi *i'tidal* (tegap lurus) tidak bertelekan, sebagaimana beliau ﷺ bersabda:

إِنِّي لَا آكُلُ مُتَّكِئًا .

"Sungguh aku tidak makan dalam posisi bertelekan."[41]

Menjilati jari dan bejana, sebagaimana yang disebutkan dalam hadits Jabir رضي الله عنه, bahwa Nabi ﷺ memerintahkan menjilati jari-jemari dan piring, beliau bersabda:

---

40 Diriwayatkan Imam Muslim

41 Diriwayatkan Imam al-Bukhari

إِنَّكُمْ لَا تَدْرُونَ فِي أَيِّ طَعَامِهِ الْبَرَكَةُ .

"Sesungguhnya kalian tidak tahu dimana letak keberkahan pada makanan tersebut."[42]

Mengambil makanan yang jatuh, sebagaimana beliau ﷺ bersabda:

إِذَا وَقَعَتْ لُقْمَةُ أَحَدِكُمْ فَلْيَأْخُذْهَا، فَلْيُمِطْ مَا كَانَ بِهَا مِنْ أَذَى وَلْيَأْكُلْهَا ، وَلَا يَدَعْهَا لِلشَّيْطَانِ، وَلَا يَمْسَحْ يَدَهُ بِالْمِنْدِيلِ حَتَّى يَلْعَقَ أَصَابِعَهُ؛ فَإِنَّهُ لا يَدْرِي فِي أَيِّ طَعَامِهِ الْبَرَكَةُ .

"Apabila suapan makanan salah seorang diantara kalian jatuh, ambilah kembali lalu buang bagian yang kotor dan makanlah bagian yang bersih. Jangan dibiarkan dimakan oleh syetan, dan janganlah dia usap tangannya dengan serbet sebelum dia menjilati jarinya. Karena dia tidak tahu bagian makanan mana yang terdapat keberkahan."[43]

---

42 Diriwayatkan Imam Muslim

43 Diriwayatkan Imam Muslim

Memuji Allah setelah makan dan minum, sebagaimana sabda Nabi ﷺ:

إِنَّ اللهَ لَيَرْضَى عَنِ الْعَبْدِ أَنْ يَأْكُلَ الْأَكْلَةَ فَيَحْمَدَهُ
عَلَيْهَا أَوْ يَشْرَبَ الشَّرْبَةَ فَيَحْمَدَهُ عَلَيْهَا .

"Sesungguhnya Allah ridha kepada seorang hamba yang apabila dia memakan makanan lalu memuji Allah atas nikmat makanan tersebut atau meminum minuman lalu memuji Allah atas nikmat minuman tersebut."[44]

Kesembilan belas: Pergi bekerja atau belajar dan berdo'a:

بِسْمِ اللهِ، تَوَكَّلْتُ عَلَى اللهِ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ
تَعَالَى ، اَللهُمَّ إِنِّي أَعُوْذُ بِكَ مِنْ أَنْ أَضِلَّ أَوْ أُضَلَّ، أَوْ
أَزِلَّ أَوْ أُزَلَّ، أَوْ أَظْلِمَ أَوْ أُظْلَمُ ، أَوْ أَجْهَلَ أَوْ يُجْهَلُ عَلَيَّ،
أَوْ أَنْ أَبْغِيَ أَوْ يُبْغَى عَلَيَّ .

44 Diriwayatkan Imam Muslim

Bismillahi tawakaltu 'alallah, laa hawla wa laa quwwata illa billah ta'aalaa. Allahumma inni a'udzubika min an adhilla aw udhillu, aw azilla aw uzallu, aw azhlama aw uzhlimu, aw ajhala aw ujhalu 'alayya, aw an abghiya aw yubgha 'alayya.

"Dengan menyebut nama Allah, aku bertawakal kepada Allah, tidak ada daya dan kekuatan kecuali dari Allah. Ya Allah sesungguhnya aku berlindung kepadaMu dari kesesatan dan disesatkan, dari ketergelinciran dan digelincirkan, dari kezhaliman dan dizhalimi, dari kebodohan dan dibodohi, dari aniaya atau dianiaya."[45]

Niatkan bekerja untuk beribadah kepada Allah, bermanfaat untuk dirinya sendiri, keluarga, negeri, dan seluruh manusia supaya diberi ganjaran pahala dari pekerjaan dan proses belajarnya.

Hal ini berdasarkan hadits Ka'ab bin 'Ujrah رضي الله عنه beliau berkata: Seseorang melintas dihadapan

45 Diriwayatkan Imam Abu Dawud dan Imam Tirmidzi serta dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

Nabi ﷺ. Para sahabat melihat kondisi orang tersebut (seperti pekerja tangguh yang terlihat) dari kulit dan semangatnya. Hingga akhirnya mereka bertanya: Jika kondisi pria tersebut seperti itu, apakah ia sedang di jalan Allah? Lalu Rasulullah ﷺ menjawab:

إِنْ كَانَ خَرَجَ يَسْعَى عَلَى وَلَدِهِ صِغَارًا فَهُوَ فِي سَبِيلِ اللهِ، وَإِنْ كَانَ خَرَجَ يَسْعَى عَلَى أَبَوَيْنِ شَيْخَيْنِ كَبِيرَيْنِ فَهُوَ فِي سَبِيلِ اللهِ ، وَإِنْ كَانَ يَسْعَى عَلَى نَفْسِهِ يُعِفُّهَا فَهُوَ فِي سَبِيلِ اللهِ، وَإِنْ كَانَ خَرَجَ رِيَاءً وَمُفَاخَرَةً فَهُوَ فِي سَبِيلِ الشَّيْطَانِ .

"Jika dia keluar berusaha menafkahi anaknya yang masih kecil, maka dia di jalan Allah. Jika dia keluar karena berusaha untuk menafkahi kedua orang tuanya yang telah renta maka dia di jalan Allah. Jika dia keluar untuk menjaga kehormatannya, maka dia dijalan Allah. Namun jika dia keluar karena riya' dan congkak, maka dia di jalan

syetan."[46]

Nabi ﷺ juga bersabda:

وَمَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا، سَهَّلَ اللهُ لَهُ بِهِ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ .

"Barangsiapa yang menempuh jalan dalam rangka mencari ilmu, maka akan Allah mudahkan dengan ilmu tersebut jalannya menuju surga."[47]

Kedua puluh: Mengucapkan salam kepada orang lain.

Sebagaimana sabda Nabi ﷺ:

لَا تَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ حَتَّى تُؤْمِنُوا، وَلَا تُؤْمِنُوا حَتَّى تَحَابُّوا، أَوَلَا أَدُلُّكُمْ عَلَى شَيْءٍ إِذَا فَعَلْتُمُوهُ تَحَابَبْتُمْ؟ أَفْشُوا السَّلَامَ بَيْنَكُمْ .

46 Diriwayatkan Imam Thabarani dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

47 Diriwayatkan Imam Muslim

"Kalian tidak akan masuk surga sampai kalian beriman, kalian tidak akan beriman sampai kalian saling menyayangi, maukah aku tunjukkan sesuatu yang apabila kalian lakukan kalian akan saling menyayangi? sebarkanlah salam diantara kalian."[48]

Kedua puluh satu: Tersenyum.

Sebagaimana sabda beliau ﷺ:

تَبَسُّمُكَ فِي وَجْهِ أَخِيكَ لَكَ صَدَقَةٌ .

"Senyummu di hadapan saudaramu adalah sedekah bagimu."[49]

Kedua puluh dua: Tawadhu.

Nabi ﷺ bersabda:

إِنَّ اللّٰهَ أَوْحَى إِلَيَّ أَنْ تَوَاضَعُوا حَتَّى لَا يَبْغِيَ أَحَدٌ على

48 Diriwayatkan Imam Muslim

49 Diriwayatkan Imam Tirmidzi dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

أَحَدٍ، وَلَا يَفْخَرَ أَحَدٌ عَلَى أَحَدٍ .

"Sesungguhnya Allah telah mewahyukan kepadaku agar kalian merendahkan diri (rendah hati) sehingga tidak ada seorangpun menganiaya orang lain dan tidak ada yang bersikap sombong terhadap orang lain."[50]

Kedua puluh tiga: Berakhlak baik.

Nabi ﷺ bersabda:

إِنَّ الْمُؤْمِنَ لَيُدْرِكُ بِحُسْنِ خُلُقِهِ دَرَجَةَ الصَّائِمِ الْقَائِمِ .

"Sesungguhnya seorang mukmin dapat mencapai derajat orang yang berpuasa dan qiyamul lail dengan akhlak baiknya."[51]

Nabi ﷺ juga bersabda:

مَا مِنْ شَيْءٍ أَثْقَلُ فِي الْمِيزَانِ مِنْ حُسْنِ الْخُلُقِ .

50 Diriwayatkan Imam Muslim

51 Diriwayatkan Imam Abu Dawud dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

"Tidak ada sesuatu yang lebih berat di timbangan kelak daripada akhlak yang baik."[52]

Kedua puluh empat: Tidak mengganggu orang.

Sebagaimana dalam hadits 'Abdullah bin 'Amr bin al-'Ash رضي الله عنهما, bahwa ada seseorang bertanya kepada Rasulullah ﷺ siapakah mukmin yang terbaik? Nabi ﷺ menjawab:

مَنْ سَلِمَ الْمُسْلِمُونَ مِنْ لِسَانِهِ وَيَدِهِ .

"Mukmin yang terbaik adalah yang kaum muslimin lain selamat dari lisan dan tangannya."[53]

Kedua puluh lima: Meninggalkan hal yang tidak bermanfaat.

Nabi ﷺ bersabda:

مِنْ حُسْنِ إِسْلَامِ الْمَرْءِ تَرْكُهُ مَا لَا يَعْنِيهِ .

52 Diriwayatkan Imam Abu Dawud dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

53 *Muttafaqun 'alaihi*

"Diantara (tanda) baiknya seseorang adalah meninggalkan hal yang tidak bermanfaat baginya."[54]

Kedua puluh enam: Tidak ghibah.

Hal ini berdasarkan firman Allah ﷻ,

﴿ وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا ﴾

"Janganlah kalian saling menggunjing satu sama lain." [QS. al-Hujurat: 12]

Dan hadits dari Jabir رضي الله عنه beliau berkata: Kami bersama Nabi ﷺ lalu beliau mendatangi dua kubur yang kedua penghuninya sedang diadzab. Kemudian beliau ﷺ bersabda:

إِنَّهُمَا لَا يُعَذَّبَانِ فِي كَبِيرٍ، وَبَلَى، أَمَّا أَحَدُهُمَا فَكَانَ يَغْتَابُ النَّاسَ، وَأَمَّا الْآخَرُ فَكَانَ لَا يَتَأَذَّى مِنَ الْبَوْلِ.

"Sesungguhnya mereka berdua diadzab bukanlah karena perkara yang berat, padahal itu termasuk

54 Diriwayatkan Imam Tirmidzi dan Imam Ibnu Majah serta dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

dosa besar. Adapun yang satu, dia sering meng-gunjing orang lain, sementara yang satunya tidak berhati-hati saat buang air kecil."[55]

Kedua puluh tujuh: Tidak berkata kotor.

Sebagaimana sabda Nabi ﷺ:

لَيْسَ الْمُؤْمِنُ بِالطَّعَانِ وَلَا اللَّعَانِ وَلَا الفَاحِشِ وَلا البَذِيْءِ .

"Mukmin bukanlah orang yang suka mencela, tukang laknat, tidak suka berkata kotor dan vulgar."[56]

Kedua puluh delapan: Tidak berdebat kusir.

Berdasarkan sabda Nabi ﷺ:

أَنَا زَعِيمُ بِبَيْتٍ فِي رَبَضِ الْجَنَّةِ لِمَنْ تَرَكَ الْمِرَاءَ وَإِنْ

55 Diriwayatkan Imam al-Bukhari dalam *al-Adab al-Mufrad* dan aslinya dalam Bukhari Muslim

56 Diriwayatkan Imam Tirmidzi dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

كَانَ مُحِقًّا، وَبِبَيْتٍ فِي وَسَطِ الْجَنَّةِ لِمَنْ تَرَكَ الْكَذِبَ وَإِنْ كَانَ مَازِحًا، وَبِبَيْتٍ فِي أَعْلَى الْجَنَّةِ لِمَنْ حَسَّنَ خُلُقَهُ .

"Aku akan menjamin rumah di tepi surga bagi seseorang yang meninggalkan perdebatan meskipun benar. Aku juga menjamin rumah di tengah surga bagi seseorang yang meninggalkan kedustaan meskipun hanya bergurau, dan aku juga menjamin rumah di surga yang paling tinggi bagi seseorang yang berakhlak baik."[57]

Kedua puluh sembilan: Shalat dhuha.

Sebagaimana hadits Nabi ﷺ:

يُصْبِحُ كُلَّ يَوْمٍ عَلَى كُلِّ سُلَامَى مِنَ ابْنِ آدَمَ صَدَقَةٌ

"Setiap pagi terdapat sedekah pada setiap sendi anak adam."

57 Diriwayatkan Imam Abu Dawud dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

Kemudian beliau berkata lagi:

إِمَاطَتُكَ الْأَذَى عَنِ الطَّرِيقِ صَدَقَةٌ، وَتَسْلِيمُكَ على النَّاسِ صَدَقَةٌ، وَأَمْرُكَ بِالْمَعْرُوفِ صَدَقَةٌ، وَنَهْيُكَ عَنِ الْمُنْكَرِ صَدَقَةٌ، وَمُبَاضَعَتُكَ أَهْلَكَ صَدَقَةٌ

"Menyingkirkan gangguan dari jalan adalah sedekah, kamu mengucapkan salam kepada orang lain adalah sedekah, amar ma'ruf adalah sedekah, nahi mungkar adalah sedekah, menyalurkan hasrat kepada istri adalah sedekah."

Kamipun bertanya: wahai Rasulullah, apakah kami menyalurkan syahwat kami juga sebagai sedekah?

Beliau ﷺ menjawab:

نَعَمْ، أَرَأَيْتَ لَوْ جَعَلَ تِلْكَ الشَّهْوَةَ فِيمَا حَرَّمَ اللهُ عَلَيْهِ، أَلَمْ يَكُنْ عَلَيْهِ وِزْرٌ؟

"Iya. Bukankah kalian melihat jika syahwatnya disalurkan kepada yang Allah haramkan akan menjadi dosa?"

Kami menjawab: tentu.

Kemudian beliau bersabda:

فَإِنَّهُ إِذَا جَعَلَهَا فِيمَا أَحَلَّ اللهُ فَهِيَ صَدَقَةٌ.

"Sesungguhnya jika dia salurkan kepada yang Allah halalkan maka itu adalah sedekah."

Kemudian beliah ﷺ menyebutkan hal-hal yang teranggap sedekah, lalu beliau bersabda:

وَيُجْزِئُ مِنْ هَذَا كُلِّهِ رَكْعَتا الضُّحَى .

"Yang mencukupi segala itu semua adalah dua rakaat shalat dhuha."[58]

Ketiga puluh: Shalat zhuhur dan shalat sunnah rakaat sebelum zhuhur.

Nabi ﷺ bersabda:

مَنْ صَلَّى قَبْلَ الظُّهْرِ أَرْبَعًا، وَبَعْدَهَا أَرْبَعًا، حَرَّمَهُ اللهُ عَلَى النَّارِ .

58 Diriwayatkan Imam Muslim

"Barangsiapa yang shalat 4 rakaat sebelum zhuhur dan 4 rakaat sesudahnya, maka akan Allah haramkan neraka baginya."[59]

Boleh juga melaksanakan 2 rakaat sebelum zhuhur dan 2 rakaat setelahnya. Hal ini berdasarkan hadits:

صَلَّيْتُ مَعَ النَّبِيِّ ﷺ رَكْعَتَيْنِ قَبْلَ الظُّهْرِ وَرَكْعَتَيْنِ بَعْدَهَا .

"Aku shalat bersama Nabi ﷺ 2 rakaat sebelum zhuhur dan 2 rakaat setelahnya."[60]

Ketiga puluh satu: Tidur/istirahat siang sejenak sebelum zhuhur atau setelahnya.

Sebagaimana sabda Nabi ﷺ:

قِيلُوا فَإِنَّ الشَّيْطَانَ لَا يَقِيْلُ .

---

59 Diriwayatkan Imam Tirmidzi, Imam Nasa'i dan Imam Ibnu Majah serta dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

60 Diriwayatkan Imam Tirmidzi dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani

"Tidurlah/istirahatlah siang sejenak, karena syaithan tidak tidur siang."[61]

Ketiga puluh Dua: Shalat ashar dan shalat sunnah 4 rakaat sebelumnya.

Nabi ﷺ bersabda:

رَحِمَ اللهُ امْرَأً صَلَّى قَبْلَ الْعَصْرِ أَرْبَعًا .

"Semoga Allah merahmati orang yang melaksanakan shalat sunnah 4 rakaat sebelum shalat ashar."[62]

Ketiga puluh Tiga: Dzikir sore setelah shalat ashar sampai sebelum matahari terbenam.

Dibolehkan dilakukan setelah terbenam matahari. Dzikirnya sama seperti dzikir pagi namun kata *"ash-Shabah"* diganti dengan kata *"al-Masa"*.

---

61 Diriwayatkan Imam Thabarani dan dihasankan oleh Syaikh al-Albani

62 Diriwayatkan oleh Imam Abu Dawud dan dihasankan oleh Syaikh al-Albani

Ketiga Puluh Empat: Shalat maghrib dan shalat sunnah 2 rakaat qabliyah maghrib.

Beliau ﷺ bersabda:

صَلُّوا قَبْلَ الْمَغْرِبِ رَكْعَتَيْنِ ، ثُمَّ قَالَ: صَلُّوا قَبْلَ الْمَغْرِبِ رَكْعَتَيْنِ، ثُمَّ قَالَ عِنْدَ الثَّالِثَةِ: لِمَنْ شَاءَ .

"Shalatlah 2 rakaat sebelum maghrib. Kemudian beliau berkata: shalatlah 2 rakaat sebelum maghrib." Kemudian yang ketiga kali beliau berkata: *"bagi siapa yang mau."*[63]

Kemudian melaksanakan 2 rakaat ba'diyah maghrib, sebagaimana hadits dari 'Abdullah bin 'Umar رضي الله عنهما beliau berkata: Aku shalat bersama Rasulullah ﷺ 2 rakaat sebelum zhuhur, 2 rakaat setelah zhuhur, 2 rakaat setelah shalat jum'at, dua rakaat setelah maghrib dan 2 rakaat setelah isya.[64]

63 Diriwayatkan Imam al-Bukhari

64 Diriwayatkan Imam al-Bukhari

Ketiga Puluh Lima: Shalat isya, berangkat lebih cepat bersamaan dengan adzan, mengucapkan dzikir-dzikir adzan, shalat 2 rakaat, berdo'a sesuai yang diinginkan, membaca al-Qur'an yang mudah baginya kemudian shalat 2 rakaat ba'diyah isya.

Ketiga Puluh Enam: Mengobrol bersama istri.

Sebagaimana hadits Nabi ﷺ:

كُلُّ مَا يَلْهُو بِهِ الرَّجُلُ الْمُسْلِمُ بَاطِلٌ ، إِلَّا رَمْيَهُ بِقَوْسِهِ، وَتَأْدِيبَهُ فَرَسَهُ، وَمُلاعَبَتَهُ أَهْلَهُ .

"Semua senda gurau yang dilakukan seseorang adalah suatu kebatilan, kecuali memanah, berlatih kuda dan bercanda dengan istri."[65]

Ketiga Puluh Tujuh: Mendidik anak-anak dan memantau mereka dengan baik.

Sebagaimana Nabi ﷺ bersabda:

---

65 Diriwayatkan Imam Tirmidzi dan dihasankan oleh syaikh al-Albani

كُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالأَمِيرُ رَاعٍ، وَالرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ، وَالمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ على بَيْتِ زَوْجِهَا وَوَلَدِهِ، فَكُلُّكُمْ رَاعٍ، وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ.

"Setiap dari kalian adalah pemimpin dan kalian akan mempertanggungjawabkan kepemimpinan kalian. Amir adalah pemimpin, seorang suami adalah pemimpin bagi keluarganya, seorang istri adalah pemimpin di rumah suaminya dan bagi anaknya. Kalian adalah pemimpin dan akan dimintai pertanggungjawaban atas kepemimpinannya."[66]

Semoga Allah ﷻ memberikan taufik kepada kita semua.

66 *Muttafaqun 'alaihi*

MEDSOS YUSUF ABU UBAIDAH AS SIDAWI

- Website : abiubaidah.com
- Facebook : FB.com/YusufAbuUbaidah
- YouTube : bit.ly/youtubeYAU
- Instagram : bit.ly/YAUig
- Twit : twitter.com/YusufAbuUbaidah
- Tiktok : tiktok.com/@yusufabuubaidah
- Telegram : t.me/ilmu20
- Ebook : abiubaidah.com/ebook

Donasi Operasional YAU

| Bank Syariah Indonesia
| Cab. Cimahi
| Kode Bank 451
| No. Rek 9119-1444-15
| Atas Nama: YAU Operasional

